



LES BONS PETITS PLATS

MENU A LA CARTE

Régime : Normal

SEMAINE N°1 : 30 DÉCEMBRE 2019 AU 05 JANVIER 2020

CLIENT

Légende

Menu A recommandé

Menu B recommandé

Menu C (soir) recommandé

Équilibré par la diététicienne

Pour toutes questions

02.51.05.38.20

A RETOURNER A VOTRE
LIVREUR AVANT LE

Vendredi 13 décembre

*Salade pâtes océane : tortis
tricolores, colin, échalotes,
ciboulette, sc crème*

*Potage paysanne : pdt,
carotte, navet, poireau, chou
vert*

*Salade du chef : riz, épaule
de porc, tomate, œuf dur*

*Sauce bretonne : fumet
poisson, oignons, céleri,
poireaux, champignons*

*Sauce forestière :
champignons, oignon*

*Sauce américaine : crème,
cognac, oignons*

*Mitonnée de légumes :
haricots verts, carottes,
courgettes*

	LUNDI	MARDI	MERCREDI
	Entrées	Entrées	Entrées
	Carottes cuites agrumes	Betteraves échalotes	Mousson de canard
	Salade pâtes océane	Céleri rémoulade	Crème de lentilles
	Potage de légumes	Velouté chou-fleur marrons	Oeufs durs
	1/2 Pomelos	Pâté de campagne	1/2 Pomelos
	Betteraves cuites	Oeufs durs	Betteraves cuites
	Pâté de campagne	1/2 Pomelos	
	Oeufs durs		
	Plats complets	Plats	Plats
	Hachis parmentier	Sauté de dinde aux oignons	Blanquette de veau
		Boulettes agneau au jus	Filet saumon sauce aneth
	Plats	Boudin blanc sauce crème	Tarte aux légumes
	Escalope porc au jus	Escalope de dinde	Steak haché veau jus
	Feuilleté du pêcheur	Jambon blanc	Steak cru
	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Jambon blanc
	Steak haché veau jus	Steak cru	Escalope de dinde
	Steak cru		
	Escalope de dinde	Garnitures	Garnitures
		Carottes	Riz pilaf
	Garnitures	Flageolets à la tomate	Tagliatelles
	Choux Bruxelles oignons	Purée potiron	Salade verte
	Haricots beurre	Purée pomme de terre	Purée pomme de terre
	Pâtes	Pomme de terre vapeur	Pomme de terre vapeur
	Purée pomme de terre	Pâtes	Haricots verts
	Pomme de terre vapeur	Haricots verts	
		Laitages	Laitages
	Laitages	Brie	Bûche de chèvre
	Yaourt aromatisé	Fondu président	Yaourt nature
	Pavé 1/2 sel	Fromage blanc	Yaourt aromatisé
	Yaourt nature	Fromage blanc	Fromage blanc
	Fromage blanc	Yaourt nature	Camembert
	Camembert	Yaourt aromatisé	
		Desserts	Desserts
	Desserts	Semoule au lait	Clémentines
	Clémentines	Flan nappé caramel	Floraline au lait
	Liégeois vanille	Tapioca au lait café	Tartelette pommes
	Pruneaux au vin	Tartelette pommes	Purée de fruits
	Riz au lait chocolat	Purée de fruits	Chou à la crème
	Tartelette pommes	Chou à la crème	
	Purée de fruits		
	Suppléments	Suppléments	Suppléments
	Petit pain	Petit pain	Petit pain
	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel

JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Entrées	Entrées	Entrées	Entrées
Galantine volaille	Haricots verts V	Salade pomme de terre échalotes	Rillettes poisson échalotes ciboulette
Carottes râpées	Salade du chef	Carottes cuites au cumin	Macédoine légumes mayo
Potage paysanne	Potage brocolis	Potage de légumes	Potage de céleri
Oeufs durs	Pâté de campagne	Pâté de campagne	Pâté de campagne
Pâté de campagne	Oeufs durs	Oeufs durs	Oeufs durs
1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos	1/2 Pomelos
Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites	Betteraves cuites
Plats	Plats	Plats	Plats complets
Omelette	Cordon bleu volaille	Escalope poulet crème	Potée et ses légumes
Jambonneau et moutarde	Cake à l'andouille poireaux	Chou farcie sc tomate	
Emincé poulet estragon	Escalope de dinde	Oeufs brouillés	Plats
Steak haché veau jus	Jambon blanc	Steak haché veau jus	Poitrine veau sauce forestière
Steak cru	Steak haché veau jus	Steak cru	Filet colin sauce américaine
Escalope de dinde	Steak cru	Jambon blanc	Escalope de dinde
			Jambon blanc
Garnitures	Garnitures	Garnitures	Steak cru
Petits pois	Pâtes tortis	Mitonnée de légumes	Steak haché veau jus
Purée pomme de terre	Epinards béchamel	Semoule	
Saisifis persillés	Fondue de poireaux	Endives braisées	Garnitures
Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Pomme de terre vapeur	Penne rigate (pâtes)
Pâtes	Pomme de terre vapeur	Purée pomme de terre	Riz coloré
Haricots verts	Haricots verts	Pâtes	Purée pomme de terre
		Haricots verts	Pomme de terre vapeur
Laitages	Laitages	Laitages	Haricots verts
Cotentin	Camembert	Fraidou	Laitages
Gouda	Tomme noire	Yaourt nature	Petit fromage aux noix
Fromage blanc	Yaourt nature	Yaourt aromatisé	Bleu
Camembert	Yaourt aromatisé	Fromage blanc	Camembert
Yaourt nature	Fromage blanc	Camembert	Fromage blanc
Yaourt aromatisé			Yaourt nature
	Desserts	Desserts	Yaourt aromatisé
Desserts	Entremets café	Flan vanille	
Purée pommes	Kiwi	Purée pomme crème marrons	Desserts
Mousse au chocolat	Crème dessert chocolat	Poire	Galette des Rois
Orange	Riz au lait	Tapioca lait cannelle	Pomme du Verger
Bouillie froment vanillée	Tartelette pommes	Tartelette pommes	Yaourt aromatisé
Chou à la crème	Purée de fruits	Chou à la crème	Semoule au lait
Tartelette pommes	Chou à la crème		Tartelette pommes
		Suppléments	Purée de fruits
Suppléments	Suppléments	Petit pain	Chou à la crème
Petit pain	Petit pain	Beurre 1/2 sel	
Beurre 1/2 sel	Beurre 1/2 sel		Suppléments
			Petit pain
			Beurre 1/2 sel